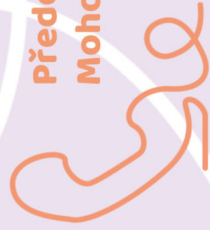


# KDYŽ DĚTI ZAŽÍVAJÍ ÚZKOST ZE ŠKOLY



- **Nevyčítejte jim to a nestrašte je. Vyjádřete jim pochopení.**
- **Spolupracujte, pomáhejte s plánováním a držte spolu ve chvílích, které jsou těžké.**
- **Dítě bude přirozeně hledat způsoby, jak se zátěži vyhnout. To ale nevede k řešení. Neslevujte příliš a buďte důslední.**
- **Podporujte jejich vnitřní motivaci, fanděte jim.**
- **Buďte trpěliví a nechtějte všechno hned. Radujte se z malých úspěchů a nesrovnávejte své dítě s jeho vrstevníky.**
- **To, že má vaše dítě potíže s chozením do školy, neznamená, že jako rodiče selháváte.**
- **Proberte to s někým ze svého okolí, komu důvěřujete. Vyhledejte pomoc odborníka.**

**Předejte dítěti kontakt na Linku bezpečí 116 111.  
Mohou si stáhnout aplikaci Nepanikař.**



[www.nevypustdusi.cz](http://www.nevypustdusi.cz) | [@nevypustdusi](https://www.instagram.com/nevypustdusi)



**NEVYPUŠŤ  
DUŠI**